



دانشگاه علوم پزشکی استان قزوین

معاونت بهداشتی دانشگاه

مرکز بهداشت شهید بلندیان شهرستان قزوین

مراقبت پیش از بارداری

به هنگام صحبت از سلامت مادر و نوزاد، تنها به یاد دوران بارداری و پس از زایمان می افتیم و یادی از دوران مهم و خاموش پیش از بارداری نمی شود، در حالی که منشاء بسیاری از بیماریهای دوران بارداری، به زمان قبل از بارداری مربوط است. عده ای از خانم ها در سنینی که می توانند باردار شوند، مبتلا به بیماری های مختلف و مزمن می باشند و یا در تماس با عوامل خطری هستند که می تواند موجب اثراتی مانند سقط جنین، مرگ نوزاد، ناهنجاری های مادرزادی و دیگر عوارض در بارداری شود، به طور مثال کم خونی فقر آهن یکی از بیماری های شایع زنان است که می تواند موجب زایمان زودرس، کمبود وزن جنین یا مرگ نوزاد گردد. در مراقبت پیش از بارداری تاثیر بیماری مادر بر نوزاد، همچنین اثر حاملگی بر سلامت مادر بررسی می شود، زیرا ممکن است بیماری مادر در طول حاملگی شدت یابد و عوارض خطرناکی بر مادر و جنین بگذارد، بنابراین نیاز به درمان و کنترل بیماری قبل از بارداری می باشد. انجام مراقبت پیش از بارداری و بررسی سلامت مادر موجب می گردد حاملگی در شرایط مناسبی آغاز شده و خطراتی که موجب بروز عوارض نامطلوب حاملگی می شوند قبل از دوران بارداری اصلاح گردند تا مشکلات آینده برای سلامتی مادر و نوزاد کاهش یابند.

مهمترین هدف مراقبت پیش از بارداری افزایش بهبود کیفیت زندگی مادر و نوزاد می باشد.

اصول مراقبت پیش از بارداری

- ۱ - گرفتن شرح حال : بررسی وضعیت فعلی خانم برای باردار شدن، بررسی سوابق زایمان های قبلی، سابقه یا ابتلا فعلی به بیماری وناهنجاری، رفتارهای پرخطر(از قبیل سابقه زندان، تزریق مکرر خون ، اعتیاد تزریقی و رفتارهای جنسی پرخطر).
- ۲ - معاینه بالینی : شامل اندازه گیری قد، وزن، کنترل فشار خون، معاینه دهان و دندان، چشم، تیروئید، قلب، ریه، پوست، پستان، شکم، اندام ها و دستگاه تناسلی .
- ۳ - آزمایش ها و سونوگرافی : شامل آزمایش خون از نظر کم خونی، تعیین گروه خون وارهاش، دیابت، آزمایش ادرار و... ، پاپ اسمیر (تست سرطان دهانه رحم) و انجام سونوگرافی در صورت نیاز.
- ۴ - آموزش و مشاوره : شامل آموزش بهداشت، بهداشت روان، بهداشت جنسی، بهداشت دهان و دندان، تغذیه و مکمل های دارویی، زمان قطع روش پیشگیری از بارداری و زمان مناسب باردار شدن.
- ۵ - تجویز قرص اسید فولیک: توصیه به شروع مصرف آن به میزان روزانه یک عدد و حداقل سه ماه قبل از بارداری.
- ۶ - ایمن سازی : در صورت نیاز توصیه به تزریق واکسن سرخجه و توام بزرگسال.

مراقبت های پیش از بارداری نیز همانند مراقبت های دوران بارداری، در کلیه مراکز بهداشتی درمانی توسط پزشکان و ماماها ی مراکز انجام می گیرد.

منبع: بوکلت مراقبت های ادغام یافته سلامت مادران (ویژه ماما و پزشک عمومی) - وزارت بهداشت ، سال ۱۳۸۹
انتشارات کمیته علمی - اجرایی آموزش و ارتقای سلامت شماره (۱۷۸)

مرکز بهداشت شهید بلندیان شهرستان قزوین

واحد بهداشت خانواده